

ÇİYƏLƏK BİTKİSİNİN (*FRAGARIA VESCA* L.) XALQ TƏBABƏTİNDƏ İSTİFADƏSİ

A.F.HACIYEVA, A.B.QULİYEVA
AMEA Genetik Ehtiyatlar İnstitutu

Məqalədə çiyələk bitkisinin əhəmiyyətindən, faydalarından və xalq təbabətində istifadəsindən bəhs edilir.

Açar sözlər: çiyələk, bitki, xəstəlik, xalq təbabəti, vitamin "C", xolesterol.

Orta əsr Azərbaycan mənbələrində meyvələrin müalicəvi xüsusiyyətləri barədə hərtərəfli məlumatlar vardır. Bu da təəcüb doğurmur, ona görə ki, Azərbaycan meşələri cır meyvə ağacları və giləmeyvələrlə zəngindir.

Baharın ilk müjdəsi çiyələk respublikamızın demək olar ki, əksər zonalarında - Gəncə, Quba, Qusar, Xaçmaz, Daşkəsən, Göy-göl, Cəlilabad, Şəki, Zaqatala, Lənkəran, Tər-tər rayonlarında geniş yayılıb. Əsasən yabanı halda bitir və becərilir. Onu istixanalarda və bağlarda da əkilib yetişdirirlər. Çiyələk əkilən bütün rayonlarda meyvə mövsümünü birinci olaraq bu bitkilərin meyvəsi yetişir.

Çiyələk meyvəsi həm təzə halında, həm də emal edildikdən sonra işlədilir. Çiyələk meyvəsindən mürəbbə, pavidla, cem, muss, krem, şərbət, şirə, jele, marmelad, likor, süfrə şərabı, qənnadı məmulatı, parfümeriya və s. hazırlayırlar.

Çiyələyin tez yetişməsi, bol məhsul verməsi, çox gəlirli olması və xalq təbabətində əhəmiyyəti haqqında bir sıra alimlərin əsərlərində danışılır [3].

Çiyələk bitkisi meyvələrinin ətrinə, keyfiyyətinə və ləzzətinə görə giləmeyvəli bitkilər içərisində əhəmiyyətli yerlərdən birini tutur. Çiyələk meyvələrinin tərkibində şəkərlər (4.5-9.9%), üzvi turşular (0.75-1.5%), azotlu maddələr (0.9-1.7%), pektin maddələr (1.0-1.7%), sellüloza (1.0-1.6%), dabbaq maddələri (0.16-0.25%), zülal (1.0-1.5%), kül elementləri (0.4-0.8%), C vitamini (30-100 mq %) və digər vitaminlər, həmçinin müxtəlif makro və mikro elementlərin duzları, bioloji fəal maddələr və s. vardır [1].

Tərkibində "C" vitaminin miqdarına görə çiyələk limonla bir səviyyədə durur, hətta ondan bir qədər üstündür. Bir çox müəlliflər göstərir ki, müxtəlif maddə xəstəlikləri, qan azlığı və digər xəstəliklərin müalicəsində çiyələk meyvəsindən istifadə edilir; çiyələk meyvəsi uşaqların qidasında faydalıdır. Çiyələk meyvəsi bağırsağın işini yaxşılaşdırır, maddələr mübadiləsinə kömək edir. Buna görə də o, çox gözəl pəhriz meyvəsi sayılır.

Çiyələkdən xalq təbabətində hələ qədimdən geniş istifadə edilir. Mühəmməd Mömin 1669-cu

ildə yazırdı: "Çiyələk ürəyi və beyini möhkəmləndirir, güclü ödqovucu xassəyə malikdir". Müasir tədqiqatlar göstərir ki, çiyələyin meyvələri və yarpaqları sidikqovucudur, ateroskleroz zamanı faydalıdır, yarpaqlarının şirəsi qan təzyiqini aşağı salır, ürək döyüntüsünün qarşısını alır. Çiyələk meyvələrini təzə halda istifadəsi daha xeyirlidir. Buna baxmayaraq əksər insanlar desert şəklində (qaymaq-la, südlə, şəkərlə) istifadə etməyi xoşlayır.

"Sadovodstvo" jurnalında (1965) çiyələk bitkisi haqqında maraqlı məlumat vardır. Yüz il bundan əvvəl burada çiyələyin əhəmiyyəti haqqında dərc edilmiş "Çiyələk dərmandır" məqaləsində deyilir: Hazırda Parisdə çiyələk çox şöhrət tapmış, insan orqanizminə gözəl təsir göstərən müalicə vasitəsi kimi istifadə olunur. Paris əczaçısı Sanequnun fizika elmləri cəmiyyətinə verdiyi məlumata görə çiyələk vasitəsi ilə insanda süslük xəstəliyi müalicə edilir. Belə bir həqiqət də məlumdur ki, Linney təsadüfən çiyələk yemək nəticəsində özündə podaqra xəstəliyinin yüngülləşdiyini hiss etmişdir, o sonralar təkrar çiyələk yedikdə tədricən ağrısı kəsilmiş və nəhayət tamamilə sağalmışdır. Çiyələyi xəstənin özü yığıb yeməsi daha faydalıdır və yadda saxlamaq lazımdır ki, yığılmış çiyələkləri qaynanmış soyuq su ilə yuyub yemək lazımdır.

M.A.Nosal yazır ki, «Əgər biz 3-4 həftə davam edən çiyələk mövsümündən düzgün istifadə etsək, kurortlara az ehtiyac olar». Hipertoniya, aterosklerozda, öd və sidik daşı xəstəliklərində çiyələk işlədilir. Təzə çiyələk meyvəsinin duz mübadiləsi pozulanda (ostexondroz), xolesistitdə, babasildə, mədə şirəsi az olan qastritdə və qurd əleyhinə dərman kimi ac qarına qəbul etməyi məsləhət görürdülər. Yaraları, ekzemanı, üzdəki piqment ləkələrini müalicə üçün xaricə işlədilir.

Çiyələyin meyvələri qanazlığında və ümumi zəiflikdə eləcə də ağciyər xəstəliklərində qüvvəverici kimi çox faydalıdır. Çiyələk tozunun isə metabolik sindromu olan qadınlara kömək etdiyi bildirilir. Çiyələyin sağlamlıq üçün çox mühüm

əhəmiyyəti vardır. Ondan daha geniş istifadə etmək zəruridir.



Çiyələk diş daşlarından təbii üsulla xilas olmanın düsturunu daşıyır. İçində olan müxtəlif turşular diş diblərində yığılan daşları əridir. Bunun üçün çiyələk mövsümündə gündə 3-4 dəfə 1 fincan təzə sıxılmış çiyələk suyu ilə dişlərinizi fırçalamalısınız.

Çiyələk, uşaq və böyüklərdə bağırsaqların tökməyə kömək olur. Bunun üçün səhər ac qarına bol çiyələk yemək lazımdır. Günortaya qədər də başqa bir şey yeməyin. 3 gün buna davam etdiyinizdə bağırsaqların problemi həll olur.

Son zamanlarda aparılan tədqiqatlar çiyələk bitkisinin yarpaqlarının təbabətdə böyük əhəmiyyətə malik olmasını meydana çıxarmışdır. Çiyələk yarpağının tərkibində dəmir, "C" vitamini və karotin vardır. 50 qram çiyələk yarpağını bir litr suda məhlul hazırlayıb qanı təmizləmək, sarılıq, podaqra, raxit, bəzi mədə xəstəlikləri ilə mübarizə üçün işlədirlər [2].

Çiyələyin yarpaqları, yaxşı qurudulmaq şərtiylə, çay istehsalında istifadə edilə bilər. Çiyələyin qurudulmuş yarpaqlarını moruq meyvəsilə birlikdə çay kimi dəmləyib, soyuqdəymədən baş verən xəstəliklərə qarşı tərlədici dərman kimi işlədilir[5].

ƏDƏBİYYAT

1.Qədirov H.M., Quliyev V.Ş. "Ali bitkilərin sistematikasi" Bakı Maarif nəşr,1986. 2. Горленко. М.В. Рубин. Б.А. Иммуитет растений // Защита и карантин растений, №8, 2001, с.16-19. 3.Шарина Н.Е. Земляника и клубника. Издание Всесоюзного института прикладной ботаники. « новых культур». Ленинград 1978. 4. <http://www.dissercat.com/search>. 5.<http://www.dissercat.com/content/selektсионnyi-potentsial-novykh-sortov-i-otborov-zemlyaniki-po-osnovnym-khozyaistvenno-biolo>

Использование клубники (*fragaria vesca* L.) в народной медицины А.Ф. Гаджиева, А.Б. Кулиева

В данной статье представлены интересные факты о важности и преимущества использования клубники в народной медицине, при лечении различных заболеваний.

Ключевые слова: клубника, растение, болезнь, народная медицина, витамин «С», холестерин.

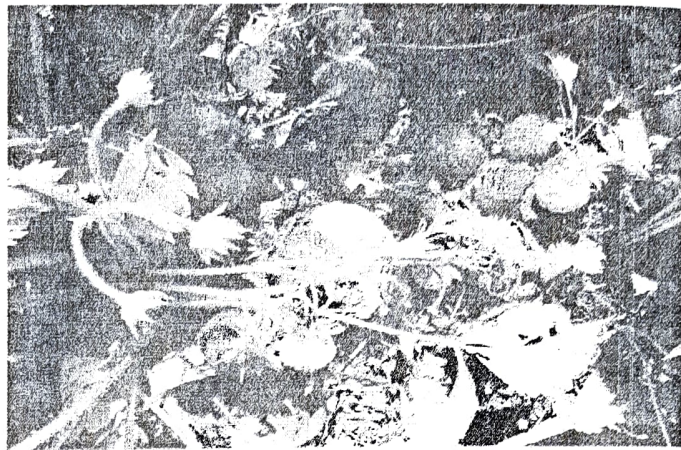
Use strawberries (*fragaria vesca* L.) in traditional medicine

A.F.Hajieva, A.B.Quliyeva

This article presents some interesting facts about the importance and benefits of strawberries in folk medicine for the treatment of various diseases.

Key words: strawberry, plant, disease, traditional medicine, Vitamin 'C', cholesterol.

Çiyələyin yarpaqları qədər kök sistemində də çox faydalıdır. Hazırlanacaq çiyələk çayı oynaq iltihabı, damar sərtliyi və yüksək təzyiqin dərmanıdır.



Böyrəkdəki qum və daşların tökülməsi üçün də çox faydalıdır. Çiyələk, bağırsaqlardan qanın zəhərlənməsini önلəyər. Bu da dərinin sızanaqlarla dolmasının qarşısını alır. Yəni bilavasitə olaraq sızanaqsız bir dərinin açarı da çiyələkdir.

İrimeyvəli çiyələk bitkisi və ya bağ çiyələyi adlanan növlər istifadəyə başladıqdan sonra bunlar çox geniş surətdə yayılmışdır.

Rostov şəhəri və Uzaq Şərqi bəzi zavodlarında hələ ötən əsrdən çiyələk meyvəsi qurudulur və dondurulurdu. Qurudulmuş meyvə rəngini, şəklini, vitaminlərini və xeyli dərəcədə dadını saxlayır. Dondurulmuş çiyələk meyvəsi təxminən üç il qalır[4].

Alimlər çox haqlı olaraq qeyd etmişlər ki, çiyələyə süfrə bəzəyi kimi baxmaqdan çoxdan əl çəkmək lazımdır. Düzgün qidalanma yalnız insanı "doyduran" çörək, ət və s. kimi qida məhsullarının çevrildiyi kalorilərdən deyil, həm də çətinliklə hesab gələn, lakin əhəmiyyəti onlardan az olmayan duzlarla və vitaminlərlə zəngin giləmeyvə məhsullarından ibarət olmalıdır.